



Personal docente y administrativo del  
Sistema de la Universidad de New Hampshire

## Guía de Inscripción Abierta para los Beneficios Anuales: 2023

Inscripción Abierta para los Beneficios  
2023: Del 24 de octubre al 11 de  
noviembre de 2022

# Contenido

## DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS BENEFICIOS: 2023

Actualizaciones a su cobertura en 2023 . 3  
Inscripción y elegibilidad . . . . . 3  
Contribuciones del empleado . . . . . 3

## COBERTURA DE ATENCIÓN MÉDICA

Cobertura médica y de medicamentos recetados . . . . . 4-5

## PROGRAMAS DE SALUD Y BIENESTAR

Programas, herramientas y recursos de Cigna . . . . . 6-7  
Programa de Asistencia para Empleados . . . . . 7

## COBERTURA DENTAL Y DE LA VISTA

Cobertura dental . . . . . 8  
Cobertura de la vista . . . . . 8

## COBERTURA FINANCIERA

Cuentas de Gastos Flexibles . . . . . 9  
Seguro de Vida y de Muerte y Desmembramiento Accidentales . . . . . 9  
Seguro de vida voluntario para cónyuges y dependientes . . . . . 9

## BENEFICIOS VOLUNTARIOS

Seguro de discapacidad . . . . . 10  
Beneficios voluntarios: Metlife . . . . . 10  
Seguro Voluntario de Atención Prolongada . . . . . 10

## RECURSOS

Apoyo de beneficios de Recursos Humanos . . . . . 11  
Contactos de proveedores . . . . . 11

# Inscripción Abierta para los Beneficios 2023

## Del 24 de octubre al 11 de noviembre de 2022

¡Es hora de revisar sus selecciones de beneficios para el 2023! Esta Guía de Inscripción destaca los beneficios disponibles para usted y su familia a partir del 1 de enero de 2023.

Encuentre más información sobre las opciones de cobertura para 2023 en la *Comparación de planes médicos y resumen de costos*, que está disponible en línea en [MyBenefits.USNH.edu](https://mybenefits.usnh.edu).



### ¡NO SE DEMORE!

Use esta Guía y los demás materiales en [www.usnh.edu/human-resources/employee-benefits-2023](https://www.usnh.edu/human-resources/employee-benefits-2023) para revisar sus opciones y asegurarse que tiene la cobertura que necesita para 2023.

# DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS BENEFICIOS: 2023

## Actualizaciones a su cobertura en 2023

Al evaluar todos los años nuestros beneficios con respecto a las metas del Sistema de la Universidad y las tendencias que vemos en el mercado, trabajamos duro para mantener su bienestar y el de su familia como la principal prioridad.

**Tenemos el placer de anunciar que habrá cambios mínimos en su programa de beneficios del USNH para 2023.**

- No habrá cambios en las contribuciones a los beneficios del USNH en 2023 para el personal docente y administrativo.\* Entonces, si usted elige los mismos planes y cubre a los mismos dependientes, no habrá cambios en sus deducciones de nómina quincenales.
- Usted podrá elegir entre los mismos tres planes médicos como lo ha hecho en años anteriores.\* Los diseños y tarifas del plan dental y de la vista también **seguirán iguales** en 2023.
- Si está inscrito en un plan médico e USNH, todavía podrá ganar recompensas para mantener hábitos saludables, incluyendo el reembolso del gimnasio de \$300 y el crédito de bienestar por \$150 de MyPath2Wellness.
- El USNH mantendrá la contribución equivalente máxima del plan de jubilación 403(b) al 10% para los empleados no sindicalizados contratados antes del 1 de enero de 2021. La contribución equivalente máxima se mantendrá al 8% para las personas contratadas después del 31 de diciembre de 2020 y se continuará aplicando a todos los empleados nuevos en el futuro.

*\*Las contribuciones y planes médicos pueden variar, dependiendo de los contratos colectivos de trabajo.*

## ¿Qué hay de nuevo en 2023?

- Se introduce Hinge Health, un programa en línea que le ayuda a controlar problemas de dolor de espalda, dolor de articulaciones y otros problemas médicos musculoesqueléticos. Este programa se ofrece a cualquier empleado o dependiente inscrito en un plan médico del USNH.
- Una nueva opción en 2023 es que usted puede adquirir seguro de vida voluntario para su cónyuge y/o dependiente(s). Los empleados pagan el costo total de la cobertura para este beneficio y lo hacen por medio de convenientes deducciones de nómina, de la misma manera que lo hace para otros beneficios.
- A partir del 1 de enero de 2023, se ofrecerán préstamos y distribuciones por dificultades económicas para las cuentas 403(b), los cuales solo se podían obtener antes para las contribuciones suplementarias. Las cuentas de jubilación 403(b) del USNH también califican para distribuciones en el empleo una vez que un empleado cumple 59½ años. Estas distribuciones y préstamos se hacen de conformidad con la política y las disposiciones del plan de jubilación del USNH.

## Inscripción y elegibilidad

### Cuándo se puede inscribir

Visite [MyBenefits.USNH.edu](https://MyBenefits.USNH.edu) para revisar su cobertura médica y otra cobertura de beneficios durante el **período de Inscripción Abierta para los Beneficios de 2023**. Si no hace cambios en sus beneficios para 2023, se transferirá la mayoría de sus selecciones del 2022 (o se le asignará a una cobertura semejante si están cambiando sus planes). Sin embargo, **debe reinscribirse en una Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA) o en Cuentas de Gastos Flexibles (FSA) para contribuir en 2023, aunque lo haya hecho en 2022**. Si desea consultar las instrucciones detalladas para la inscripción, [haga clic aquí](#). El período de Inscripción Abierta para los Beneficios es el único momento en que usted se puede inscribir o cambiar su cobertura de beneficios para el 2023, a menos que en el transcurso del año tenga un cambio en su situación que califique (como un matrimonio, divorcio o el nacimiento/adopción de un hijo).

### A quién puede incluir en la cobertura

Puede escoger cobertura para usted mismo y cualquier dependiente elegible. Visite [MyBenefits.USNH.edu](https://MyBenefits.USNH.edu) para ver una lista de dependientes elegibles. Si está inscribiendo dependientes por primera vez, usted tiene 30 días a partir de su fecha de inscripción para entregar documentos de verificación de elegibilidad de los dependientes en el sitio [MyBenefits.USNH.edu](https://MyBenefits.USNH.edu) o en la Oficina de Recursos Humanos de su campus.

## Contribuciones del empleado

Las deducciones de nómina quincenales para los planes médicos se pueden ver en la *Comparación de planes médicos y resumen de costos* [que se encuentra aquí](#). En este Guía de Inscripción se incluyen las deducciones de nómina para las coberturas dentales y de la vista. Su costo dependerá de las opciones que escoja, los miembros de la familia elegibles que incluya en su cobertura y el número anual de sus períodos de pago (20 o 26).



### Recuerde

Usted **debe reinscribirse** en su HSA y/o sus FSA si desea continuar contribuyendo en 2023. De lo contrario, no contribuirá nada, aunque lo haya hecho en 2022.

# COBERTURA DE ATENCIÓN MÉDICA

## Cobertura médica y de medicamentos recetados

No hay cambios en la cobertura del plan médico en el 2023. Puede escoger entre tres planes médicos Open Access Plus que administra Cigna. Todos los planes:

- Proveen acceso a la red nacional de médicos y hospitales de Cigna.
- No requiere que usted seleccione un proveedor de atención primaria (PCP).
- Cubre los mismos servicios, incluida la atención preventiva (que generalmente se cubre al 100% dentro de la red), servicios de emergencia y atención para pacientes hospitalizados y ambulatorios.
- Incluyen la cobertura de medicamentos recetados que administra OptumRx.
- Ofrecen un beneficio gravable de un programa de acondicionamiento físico de un máximo de \$300 al año.

Usted comparte en cada uno de los planes el costo de la atención por medio de deducibles, copagos y/o coaseguro. Los costos de su bolsillo que deba pagar dependen del plan que escoja. Sin importar el plan que escoja, se le protege del alto costo de facturas médicas grandes mediante un límite anual máximo de gastos de su bolsillo. El límite máximo de gastos de su bolsillo es lo más que usted pagará por los servicios cubiertos en un año calendario antes de que el plan pague el 100% de los gastos cubiertos.

Para obtener más información sobre los tres planes disponibles y los costos, revise su *Comparación de planes médicos y resumen de costos*.

### Programa de asistencia con el copago de medicamentos especializados

Los medicamentos especializados, los que se usan para el tratamiento de condiciones médicas complicadas y crónicas, pueden ser muy costosos. Para ayudarle a pagar por estos medicamentos, PillarRx está aquí para ayudar.

PillarRx colabora con nuestro administrador del beneficio de medicamentos recetados (OptumRx) para ayudarle a ahorrar en los medicamentos de alto costo. Los fabricantes de medicamentos ofrecen reembolsos para sus medicamentos de alto costo; PillarRx investiga y aplica estos reembolsos a sus medicamentos, ahorrándoles dinero a usted y al USNH.

Si usted o un dependiente cubierto toman medicamentos que califiquen para este programa, PillarRx se pondrá en contacto con usted.



### ¿NECESITA AYUDA CON LAS DECISIONES EN SU PLAN MÉDICO?

La herramienta Easy Choice de Cigna puede ayudarle a decidir cuál es el plan médico adecuado para usted. Responda algunas preguntas y la herramienta le dará opciones del plan para que las compare y revise. Visite [CignaEasyChoice.com](https://CignaEasyChoice.com) o llame al **800-244-6224** para hablar con un experto en planes médicos. Para encontrar los códigos de acceso, [¡haga clic aquí!](#)

**Manténgase conectado en myCigna:** Lleve un seguimiento de la actividad de su plan y su salud durante todo el año. Descargue la aplicación myCigna para dispositivos móviles, para ver su cobertura o encontrar proveedores en su área.



### TÉRMINOS QUE ES NECESARIO SABER

- **Deducible anual:** La cantidad que usted generalmente paga cada año calendario por los servicios cubiertos antes de que el plan empiece a pagar los beneficios.
- **Límite anual máximo de gastos de su bolsillo:** Un límite en la cantidad total de lo que usted paga cada año calendario por los servicios cubiertos (deducibles, copagos y coaseguro). El plan médico que seleccione podría tener un límite anual máximo de gastos de su bolsillo de medicamentos recetados aparte para los copagos de medicamentos recetados cubiertos.
- **Coaseguro:** Un porcentaje del costo de los servicios cubiertos que usted paga, por lo general después de que satisfaga el deducible anual y antes de que alcance el límite anual máximo de gastos de su bolsillo.
- **Copago:** La cantidad fija que usted paga por los servicios cubiertos antes de que el plan empiece a pagar los beneficios.
- **Prima:** La cantidad que usted paga por adelantado por la cobertura de atención médica, que se deduce de su cheque de pago.
- **Costos de su bolsillo:** La cantidad que no cubre su plan médico y que por lo tanto tiene el requisito de pagar. Por ejemplo, un copago es un costo de su bolsillo.

# COBERTURA DE ATENCIÓN MÉDICA



## Examine más de cerca el plan Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA) Open Access Plus

Si usted reúne los criterios de elegibilidad y se inscribe en el plan Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos (HSA) Open Access Plus, puede abrir una HSA para ayudar a pagar los gastos médicos elegibles que califiquen, ¡libre de impuestos! Se hace de esta manera:

- El USNH contribuye a su HSA y usted puede contribuir con su propio dinero, libre de impuestos. En 2023, su contribución máxima combinada (la suya y la del USNH) es de \$3,850 para la cobertura Empleado solamente y de \$7,750 para todos los demás niveles de cobertura.
- Si va a tener 55 o más años para el 31 de diciembre de 2023, puede aportar \$1,000 más a su HSA en el transcurso del año.
- Puede usar su cuenta para pagar por los gastos médicos elegibles, como los copagos, coaseguro y su deducible anual, además de gastos elegibles de recetas, dentales, de la vista y de audición.
- También puede elegir si ahorra su dinero para gastos futuros. El dinero en su cuenta se incrementa libre de impuestos por los rendimientos de las inversiones, y no se le grava en los retiros para cubrir gastos elegibles.
- Puede llevarse consigo el dinero en su HSA si deja el USNH o se jubila.

Para poder ser elegible para una HSA, usted debe estar inscrito en el plan Open Access Plus HSA y no estar inscrito en ningún otro seguro médico o en las Partes A o B de Medicare. Asimismo, si tiene una Cuenta de Gastos Flexibles (FSA) para el Cuidado de la Salud en el 2022, debe tener un saldo de cero en su cuenta el 31 de diciembre de 2022 para poder participar en una HSA en el 2023.

## ¿ES ADECUADO PARA USTED EL PLAN OPEN ACCESS PLUS HSA?

Considere estas preguntas:

- **¿Cuánta atención médica espera usted obtener en el 2023?** Recuerde que la opción del plan más cara no es siempre la mejor opción para usted. Si no tiene planes de gastar mucho en los servicios de atención médica o medicamentos recetados el próximo año, este plan podría ser una buena opción. Pagará menos de cada cheque de pago por la cobertura y solo pagará por los servicios que use.
- **¿Tiene los recursos para pagar los gastos de atención médica?** En el plan Open Access Plus HSA, la contribución del USNH a la HSA y sus propias contribuciones libres de impuestos le ayudarán a cubrir los gastos de su bolsillo. Sin embargo, considere si tendrá todavía los recursos para cubrir el costo total de los servicios médicos y las recetas hasta que alcance el deducible anual.
- **¿Desea ahorrar para gastos médicos en el futuro?** La HSA es la única cuenta con ventajas fiscales que se transfiere de un año a otro.



## ¡REEMBOLSO DEL GIMNASIO!

Escoja un gimnasio o compre equipo elegible, ¡y se le reembolsará por su membresía del 2023 (hasta un máximo de \$300)! Solo pague su membresía del gimnasio o equipo, entregue a Cigna sus recibos pagados junto con un formulario completado que puede encontrar en la [página de beneficios del USNH](#) y se le reembolsará por medio de la nómina, hasta un máximo de \$300 (gravables) por año calendario. Todas las personas que usted incluya en su cobertura con su plan médico del USNH para el 2023 pueden participar (hasta un total combinado máximo de \$300).

Debe estar inscrito en un plan médico del USNH para calificar para este programa.

# PROGRAMAS DE SALUD Y BIENESTAR

## Programas, herramientas y recursos

Si está inscrito en un plan médico con Cigna patrocinado por USNH, sus beneficios superan cubrir las consultas al médico, las recetas y los procedimientos médicos. No se olvide de la gran cantidad de herramientas adicionales para ayudarles a usted y a sus dependientes cubiertos a mantenerse bien. Los programas incluyen:

¡Nuevo para 2023!

### Hinge Health

Si tiene problemas de dolor de espalda, dolor de articulaciones u otros padecimientos musculoesqueléticos, Hinge Health está a sus órdenes para ayudarle. Hinge Health cuenta con un equipo clínico completo de fisioterapeutas y asesores de la salud, tecnología integral que incluye una aplicación “todo en uno” con rastreo y sensores de movimientos, y una red de más de 750,000 proveedores para ayudarle a preparar un plan de cuidado personal, puede además brindarle el apoyo que necesita para volver a su vida diaria. Si desea información adicional sobre Hinge Health, visite [hingehealth.com/learn-more/](https://hingehealth.com/learn-more/).



### Asesoría de la salud de Cigna

Si tiene una condición médica crónica, como asma o diabetes, es posible que Cigna se comunique con usted para que participe en su programa de asesoramiento de la salud, un programa de apoyo telefónico para ayudarle a mejorar su salud. El programa ofrece sesiones de asesoramiento individual para ayudarle a crear un plan de acción y fijarse metas para completarlo. Su asesor personal le ayudará a que haga cambios en su estilo de vida que usted necesita para mantenerse sano y no desviarse de sus metas. La asesoría de la salud es voluntaria.

### Telemedicina de Cigna

Cigna presta servicios de telemedicina por medio de MDLIVE, la cual le conecta con médicos certificados por el Colegio de Médicos estadounidenses mediante un videochat seguro o por teléfono. Reciba atención para una amplia gama de problemas médicos no urgentes, como dolores de garganta, alergias, dolores de estómago, etc. Concierte una cita las 24 horas del día, los siete días de la semana; se ahorrará dinero en comparación con ir a un centro de atención urgente o a una sala de emergencias. Para registrarse, visite [mdliveforcigna.com](https://mdliveforcigna.com).

### Línea de enfermería 24/7

Si tiene una pregunta o inquietud acerca de su salud, conéctese con una enfermera certificada las 24 horas del día, los siete días de la semana, para recibir información adicional y orientación. Para comenzar, simplemente visite [mycigna.com](https://mycigna.com) o llame al **800-564-9286**.

### Evaluación de salud en línea

Complete la evaluación de riesgos de salud de Cigna antes del 30 de noviembre de 2022, y gane un crédito hasta por **\$150 de MyPath2Wellness** para su prima médica en 2023. Para comenzar, visite [mycigna.com](https://mycigna.com).

### Programa de apoyo oncológico

El programa de administración de atención oncológica de Cigna proporciona atención personalizada y eficaz para los pacientes con cáncer. Con este programa, los pacientes con cáncer reciben apoyo individualizado de un administrador de atención que ayuda en cada paso del camino, desde la comprensión del diagnóstico y la preparación para el tratamiento, hasta la ayuda con el tratamiento después de la operación y los próximos pasos.

### Reembolso del gimnasio

Reciba hasta **\$300** cuando se inscriba en una actividad de acondicionamiento físico que califique, como inscribirse en una membresía de un gimnasio o comprar equipo para hacer ejercicio. Tan solo pague su membresía en el gimnasio y envíe sus recibos pagados a Cigna con el formulario completo, que puede encontrar en la [página de beneficios del USNH](#).

## ¿NECESITA AYUDA PARA CALCULAR EL COSTO DE SU ATENCIÓN? ¡USE NH HEALTHCOST!

El USNH ya no colaborará con Healthcare Bluebook en 2023. Sin embargo, si está buscando calcular sus costos de atención médica, consulte NH HealthCost, una herramienta en línea creada como una colaboración entre el equipo de desarrollo de software de la UNH y el Departamento de Seguros de New Hampshire. Use esta herramienta para encontrar y comparar los costos de los diferentes servicios de atención médica en New Hampshire y sus alrededores. Visite [nhhealthcost.nh.gov](https://nhhealthcost.nh.gov).



# PROGRAMAS DE SALUD Y BIENESTAR

## Programas, herramientas y recursos adicionales de Cigna

<b>Talkspace</b>	<p>Talkspace es un servicio de terapia en línea que conecta a los usuarios con un terapeuta autorizado y dedicado por medio de mensajería privada (texto, voz, vídeo) o sesiones en vivo por vídeo.</p> <p>En Talkspace se trata una amplia gama de condiciones conductuales, incluidas la depresión, ansiedad, problemas en relaciones, trastornos de estrés postraumático (PTSD), adicciones, trastornos alimenticios, etc.</p> <p>Usted selecciona a un terapeuta dedicado de una lista cuidadosamente investigada de profesionales en su estado. Usted puede entonces comunicarse regularmente con su terapeuta por mensajes de texto, voz y vídeo, a cualquier hora, en cualquier momento. Visite <a href="https://talkspace.com/cigna">talkspace.com/cigna</a> para empezar. Descargue la aplicación Talkspace (iOS o Android) para tener acceso desde cualquier lugar.</p>
<b>Actividades para el control del estrés con Happify</b>	<p>Controle su estrés y desarrolle resiliencia participando en actividades y juegos con base científica de Happify. Para comenzar, tan solo examine la pestaña “Emotional Health” (salud emocional) en el portal <a href="https://mycigna.com">mycigna.com</a>.</p>

## Programa de Asistencia para Empleados (EAP)

**Si usted o un familiar tiene dificultades con su bienestar (ya sea un problema físico, emocional o financiero) y no sabe a dónde acudir, nuestro EAP está aquí para ayudar. No necesita estar inscrito en un plan médico del USNH para aprovechar el EAP.**

Los asesores están disponibles 24/7 para ayudarlo. Usted no paga nada por un número ilimitado de sesiones telefónicas, ni por hasta ocho sesiones en persona por problema, por persona, por año con un consejero autorizado. Simplemente visite [eaphelpink.com](https://eaphelpink.com) (código de la compañía: USNH) o llame al **800-424-1749**.

Además de la asesoría, nuestro EAP ofrece también artículos útiles, seminarios, noticias y preguntas frecuentes acerca de una variedad de temas que le pueden ser útiles a usted o a sus seres queridos. También pueden ayudar para encontrar apoyo legal, para el cuidado de hijos, ancianos y mascotas.



**MÁS SESIONES DE TERAPIA  
POR MEDIO DE NUESTRO  
PROGRAMA DE ASISTENCIA  
PARA EMPLEADOS (EAP)**

**RECIBA  
HASTA  sesiones sin  
costo por  
problema**

Como anunciamos en junio, el USNH ha incrementado el número de sesiones de terapia sin costo que se ofrecen a todos los empleados y dependientes por medio de Kepro, nuestro proveedor del EAP. Cada uno de los empleados y persona que vive con él podría recibir hasta **ocho (8) sesiones sin costo por problema, por año.**

Haga de su salud mental una prioridad importante y aproveche estas sesiones.

**PARA ASISTENCIA 24/7**

[eaphelpink.com](https://eaphelpink.com) (código de la compañía: USNH)

**800-424-1749**

# COBERTURA DENTAL Y DE LA VISTA

## Cobertura dental

El USNH ofrece dos opciones dentales que administra Northeast Delta Dental. En ambas opciones usted recibe cobertura con proveedores dentro y fuera de la red; Sin embargo, sus costos serán generalmente más bajos si usted se queda dentro de la red. Para encontrar un dentista dentro de la red cerca de usted, visite [nedelta.com](http://nedelta.com). **No hay cambios en la cobertura del plan dental para el 2023.**

### Descripción general del plan dental para el 2023

Característica/servicio	Opción básica	Opción alta
Diagnóstico/preventivo	Cubierto al 60%; sin deducible anual	Cubierto al 100%; sin deducible anual
Reconstructivo básico	Cubierto al 50% después del deducible anual	Cubierto al 80% después del deducible anual
Reconstructivo mayor	Cubierto al 40% después del deducible anual	Cubierto al 50% después del deducible anual
Máximo del beneficio por año calendario por persona cubierta	\$1,000	\$1,500
Deducible anual	\$25 por persona, por año calendario	\$25 por persona, por año calendario
Ortodoncia	Se cubre al 50% para los hijos dependientes de 19 años o menores; un máximo de por vida de \$1,000 por persona	Se cubre al 50% para los adultos e hijos dependientes; un máximo de por vida de \$1,500 por persona

Lo que pague por la cobertura dental depende de la opción que usted seleccione y los dependientes que incluya en la cobertura.

### Deducciones de nómina quincenales en 2023\*

Plan	Empleado	Dos personas	Familia
Opción básica	\$16.07	\$30.03	\$48.35
Opción alta	\$28.50	\$53.00	\$88.06

\*Supone 26 períodos de pago

## Cobertura de la vista

Conforme al plan de cuidado de la vista administrado por VSP Vision Care, usted puede ver a cualquier proveedor de su elección, pero los costos de su propio bolsillo serán más bajos si consulta a un proveedor de VSP. **No hay cambios en la cobertura del plan de cuidado de la vista para el 2023.**



### Descripción general del plan de cuidado de la vista para el 2023

Característica/servicio	Lo que usted paga*
Examen WellVision <i>Cada año calendario</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>\$0 de copago</li> </ul>
Anteojos con receta	<ul style="list-style-type: none"> <li>\$20 de copago</li> </ul>
Armazones <i>Cada dos años calendario</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>\$200 de asignación, el 20% de descuento en cualquier costo incurrido que exceda la asignación</li> <li>\$80 de asignación en ubicaciones de Costco</li> </ul>
Lentes <i>Cada año calendario</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>\$0 de copago para lentes monofocales, bifocales y trifocales con líneas; lentes con capa de protección contra raspaduras y policarbonato, lentes tintados y protección ultravioleta</li> <li>\$55 de copago para lentes progresivos estándar</li> <li>\$95–\$105 de copago para lentes progresivos premium</li> <li>\$150–\$175 de copago para lentes progresivos a la medida</li> <li>20%-25% de descuento promedio en otras opciones de lentes</li> </ul>
Lentes de contacto (en lugar de anteojos) <i>Cada año calendario</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>\$200 de asignación para los lentes de contacto</li> <li>\$60 de copago (máx.) para el examen de lentes de contacto (evaluación de ajuste)</li> </ul>

\*La cobertura con una filial de una cadena minorista podría ser diferente. Después de inscribirse en la cobertura, visite [vsp.com](http://vsp.com) para ver los detalles. La información sobre la cobertura está sujeta a cambios. En caso de que haya un conflicto entre esta información y el contrato de su organización con VSP, prevalecerán los términos del contrato. Lo que pague por la cobertura de la vista depende del número de dependientes que incluya en la cobertura.

Lo que pague por la cobertura de la vista depende del número de dependientes que incluya en la cobertura.

### Deducciones de nómina quincenales en 2023\*

Empleado	Dos personas	Familia
\$3.02	\$6.05	\$9.71

\*Supone 26 períodos de pago



# COBERTURA FINANCIERA

## Cuentas de Gastos Flexibles

El USNH ofrece dos Cuentas de Gastos Flexibles (FSA) administradas por HealthEquity (anteriormente, WageWorks). Con las FSA, usted puede separar una parte de su sueldo, antes de impuestos, para reembolsarse a sí mismo antes de impuestos por gastos de atención médica y/o cuidado diurno de dependientes/personas mayores. Si se inscribe en un plan médico con una Cuenta de Ahorros para Gastos Médicos, no puede elegir una FSA para el Cuidado de la Salud.

### Cuenta de Gastos Flexibles (FSA) para el Cuidado de la Salud

Usted puede contribuir dinero antes de impuestos a una FSA para el Cuidado de la Salud (excepto si está inscrito en el plan Open Access Plus HSA) para pagar gastos de atención médica elegibles, como los deducibles de sus planes médico y dental, los copagos y el coseguro. En el 2023 puede contribuir un máximo de \$2,850.

### Cuenta de Gastos Flexibles (FSA) para el Cuidado de Dependientes

Usted puede contribuir dinero antes de impuestos para cubrir gastos de cuidado diurno de dependientes calificados (como programas preescolares y antes o después de clases o cuidado infantil/personas mayores para dependientes elegibles), lo cual les permite a usted y su cónyuge trabajar, o a usted trabajar y a su cónyuge asistir a clases a tiempo completo. Para el 2023, puede contribuir un máximo de \$5,000 por año calendario si está soltero o si está casado y usted y su cónyuge presentan una declaración de impuestos conjunta, o un máximo de \$2,500 por año calendario si está casado y usted y su cónyuge presentan declaraciones de impuestos por separado.

Recuerde planificar con cuidado sus contribuciones a la cuenta FSA

**Su elección de gastos flexibles en 2023 no se transferirá de un año al otro, lo cual significa que pierde cualquier cantidad que quede en su cuenta después del 31 de diciembre de 2023 para la FSA para el Cuidado de Dependientes y el 15 de marzo de 2024 para la FSA para el Cuidado de la Salud.** Eso significa que es importante que revise su contribución muy detenidamente y que haga planes con anticipación para calcular cuánto cree que va a necesitar separar para el año. Si busca maneras de gastar sus fondos de la cuenta FSA, visite [fsastore.com](https://fsastore.com).



#### ¡NO LO OLVIDE!

Usted **debe** reinscribirse en su FSA cada año si quisiera participar. Si no lo hace, no podrá contribuir en 2023.



## Seguro de Vida y de Muerte y Desmembramiento Accidentales (AD&D)

USNH ofrece el seguro de vida y AD&D administrado por Sun Life Financial. Estos beneficios le proporcionan un pago único si tiene una lesión cubierta. También hacen un pago único a sus beneficiarios si usted fallece. Los beneficios se pagan después de cualquier período de espera aplicable.

### El USNH paga el costo para el nivel de cobertura básico: 1.5 veces su salario presupuestado anual regular.

Si está trabajando de manera activa, puede incrementar su cobertura un nivel o reducirla a cualquier nivel durante la Inscripción Abierta para los Beneficios o cuando tenga un cambio en su condición que califique.

#### Opciones de cobertura\*

1.5 veces el salario presupuestado anual regular, nivel pagado por el USNH

3 veces el salario presupuestado anual regular\*\*

4.5 veces el salario presupuestado anual regular\*\*

\*Las cantidades de la cobertura se reducen en un 50% a los 70 años. El cambio ocurre durante el año del plan.

\*\*Las tarifas se basan en su edad al 1 de enero; su prima puede cambiar durante el año debido a cambios en el salario. Usted paga la cantidad por encima del nivel pagado por el USNH.

#### ¡Nuevo para 2023!

## Seguro de vida voluntario para cónyuges y dependientes

Este año los empleados tienen la opción de adquirir seguro de vida voluntario para su cónyuge y/o hijos. Sun Life Financial administra este beneficio. Usted puede optar por cobertura de hasta \$500,000 para su cónyuge y de \$5,000 a \$10,000 para su(s) hijo(s), y el costo por cheque de nómina depende de la cantidad de cobertura que seleccione.

**Tome nota:** Este seguro de vida voluntario para cónyuges y dependientes no puede ser mayor que la cantidad del seguro de vida combinado de los empleados.

# COBERTURA VOLUNTARIA

## Seguro de discapacidad

En el proveedor del Seguro de Discapacidad a Corto Plazo y a Largo Plazo seguirá siendo Sun Life Financial.

### Plan de Continuación de Compensación durante una Discapacidad a Corto Plazo

Si no puede trabajar debido a una lesión o enfermedad no relacionada con el trabajo o por maternidad, el Plan de Continuación de Compensación durante una Discapacidad a Corto Plazo pagado por el USNH, le proporciona un beneficio que incluye:

- El 100% de su salario base anual, hasta ocho semanas; y
- El 60% de su salario base anual de la semana 9 a la 26.

Los beneficios se pagan después de un período de espera, si se aplica. Si es empleado elegible para beneficios,\* se le inscribe automáticamente en la cobertura que paga el empleador. Conozca más acerca de los [beneficios de tiempo libre y permisos](#) que tiene disponibles por medio de UTime.

\*Depende de su contrato de trabajo colectivo.

### Seguro de Discapacidad a Largo Plazo

El Seguro de Discapacidad a Largo Plazo le ofrece un beneficio si usted queda discapacitado debido a una enfermedad o lesión no relacionada con el trabajo. El USNH paga el costo para el nivel de cobertura básico: El 60% de su salario presupuestado anual regular (hasta \$5,000 al mes). Si está trabajando de manera activa, puede incrementar o reducir la cobertura durante la Inscripción Abierta para los Beneficios o cuando tenga un cambio en su condición que califique.

Porcentaje del salario presupuestado anual regular	Beneficio mensual máximo
Opción del 60%—nivel pagado por el USNH	\$5,000
Opción del 66 2/3%* \$15,000	\$15,000

\*Las tarifas se basan en su edad al 1 de enero; su prima puede cambiar durante el año debido a cambios en el salario. Usted paga la cobertura por la cantidad por encima del nivel pagado por el USNH.

#### SEGURO VOLUNTARIO DE DISCAPACIDAD A CORTO PLAZO

Los empleados cubiertos con ciertos contratos colectivos de trabajo pueden calificar para el Seguro Voluntario de Discapacidad a Corto Plazo. Esta cobertura reemplaza el 60% de su salario base hasta un máximo de 26 semanas después de que usted no haya podido trabajar un día debido a un accidente no relacionado con el trabajo o siete días debido a una enfermedad no relacionada con el trabajo. Tome en cuenta que el empleado paga el 100% de esta cobertura.

## Beneficios voluntarios que se ofrecen por medio de MetLife

Usted tiene la oportunidad de optar por la cobertura en que el empleado paga por todo conforme a varios beneficios voluntarios que se ofrecen por medio de MetLife.

Beneficio	Descripción
Seguro de Accidentes	<ul style="list-style-type: none"><li>• Protección financiera en caso de un accidente cubierto</li><li>• Provee un beneficio si usted se somete a pruebas o recibe servicios, tratamiento o cuidado médico.</li></ul>
Seguro de Cuidados Críticos	<ul style="list-style-type: none"><li>• Protección financiera en caso de una enfermedad cubierta, incluido cáncer, ataques cardíacos, derrame cerebral y la enfermedad de Alzheimer.</li></ul>
Asistencia legal	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le conecta con una red de abogados que puede representarle en diversos asuntos legales personales, como cartas poder, escrituras, preparación de testamentos, etc.</li></ul>
Seguro de indemnización por hospitalización	<ul style="list-style-type: none"><li>• Le ayuda a mitigar el impacto financiero de una hospitalización.</li><li>• Trabaja en combinación con su cobertura médica para ayudar a cubrir los gastos de su bolsillo derivados de una hospitalización.</li></ul>

## Seguro Voluntario de Atención Prolongada

El Seguro Voluntario de Atención Prolongada, suscrito por Genworth, provee protección financiera para atención prolongada, servicios a domicilio, un centro para la tercera edad, una instalación de residencia asistida o cuidado diurno de adultos,

Usted, su cónyuge y sus familiares (padres, abuelos, hijos abuelos y hermanos) pueden solicitarlo en cualquier momento con una evaluación de riesgos médicos hasta los 79 años.

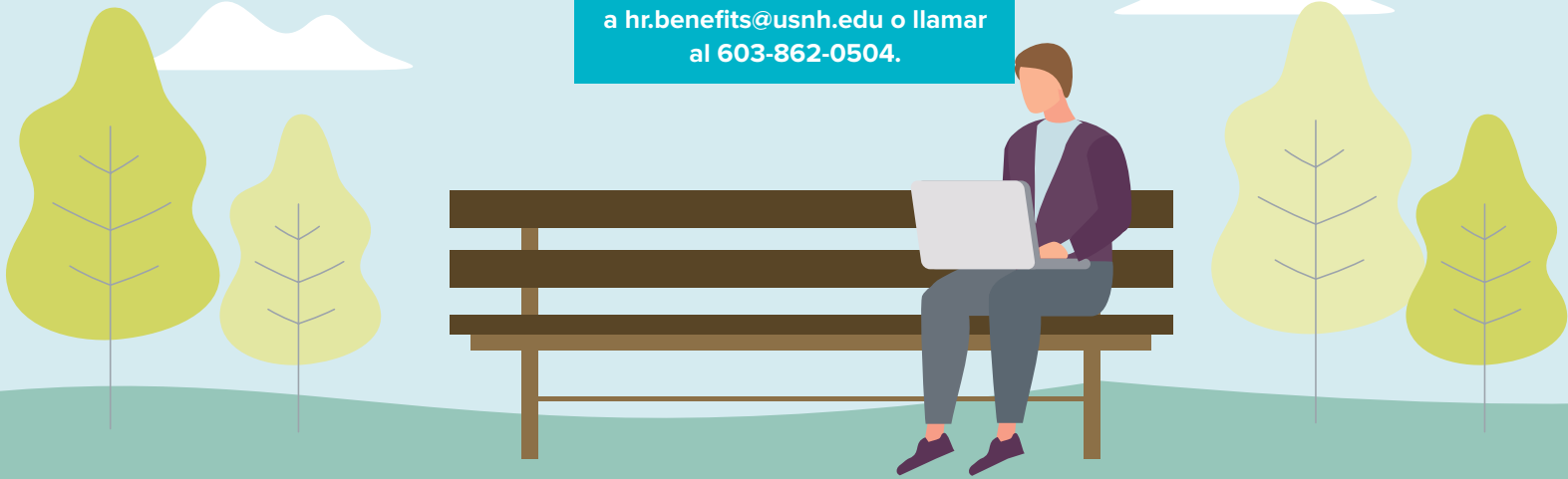
Las tarifas se basan en la opción de cobertura seleccionada y la edad en el momento de la inscripción. Si desea información adicional, solicite un presupuesto o inscribirse, visite [genworth.com/usnh](http://genworth.com/usnh) o llame al 800-416-3624.



## Apoyo de beneficios de Recursos Humanos

**¡Nuevo!** Tome nota de que aunque el USNH seguirá brindando apoyo de Recursos Humanos en los campus, ahora tenemos un modelo compartido de servicios para beneficios. Los empleados en todos los campus deberán escribir a [hr.benefits@usnh.edu](mailto:hr.benefits@usnh.edu) para las preguntas sobre el avance de los beneficios.

Todos los campus deben escribir a [hr.benefits@usnh.edu](mailto:hr.benefits@usnh.edu) o llamar al 603-862-0504.



## Contactos de proveedores

Proveedor	Teléfono	Sitio web
Cigna Healthcare	800-244-6224	<a href="http://cigna.com">cigna.com</a> <a href="http://mycigna.com">mycigna.com</a>
OptumRx	866-633-5874	<a href="http://optumrx.com">optumrx.com</a>
Northeast Delta Dental	800-832-5700	<a href="http://nedelta.com">nedelta.com</a>
VSP Vision Care	800-877-7195	<a href="http://vsp.com">vsp.com</a>
HealthEquity/WageWorks – Cuentas de Gastos Flexibles	877-924-3967	<a href="http://wageworks.com">wageworks.com</a>
TIAA	800-842-2776	<a href="http://tiaa.org/usnh">tiaa.org/usnh</a>
Fidelity Investments	800-343-0860	<a href="http://netbenefits.com/usnh">netbenefits.com/usnh</a>
MetLife – Beneficios voluntarios	800-438-6388	<a href="http://metlife.com/mybenefits">metlife.com/mybenefits</a>
Sun Life Financial	866-806-3619	<a href="http://sunlife.com/us">sunlife.com/us</a>
Programa de Asistencia para Empleados (EAP)	800-424-1749	<a href="http://eaphelplink.com">eaphelplink.com</a> Código de la compañía: USNH
Seguro de Atención Prolongada Genworth	800-416-3624	<a href="http://genworth.com/usnh">genworth.com/usnh</a>

En la información de esta Guía de Inscripción solo se describen algunas de las características clave de ciertos planes de beneficios del USNH. Si hubiese una discrepancia entre este material y los documentos oficiales del plan, regirán estos últimos. El USNH tiene el derecho de enmendar o suspender los planes en cualquier momento, con o sin previo aviso. Esta Guía no es un contrato de empleo; su participación en cualquiera de los planes que se describen en la misma no es garantía de empleo.